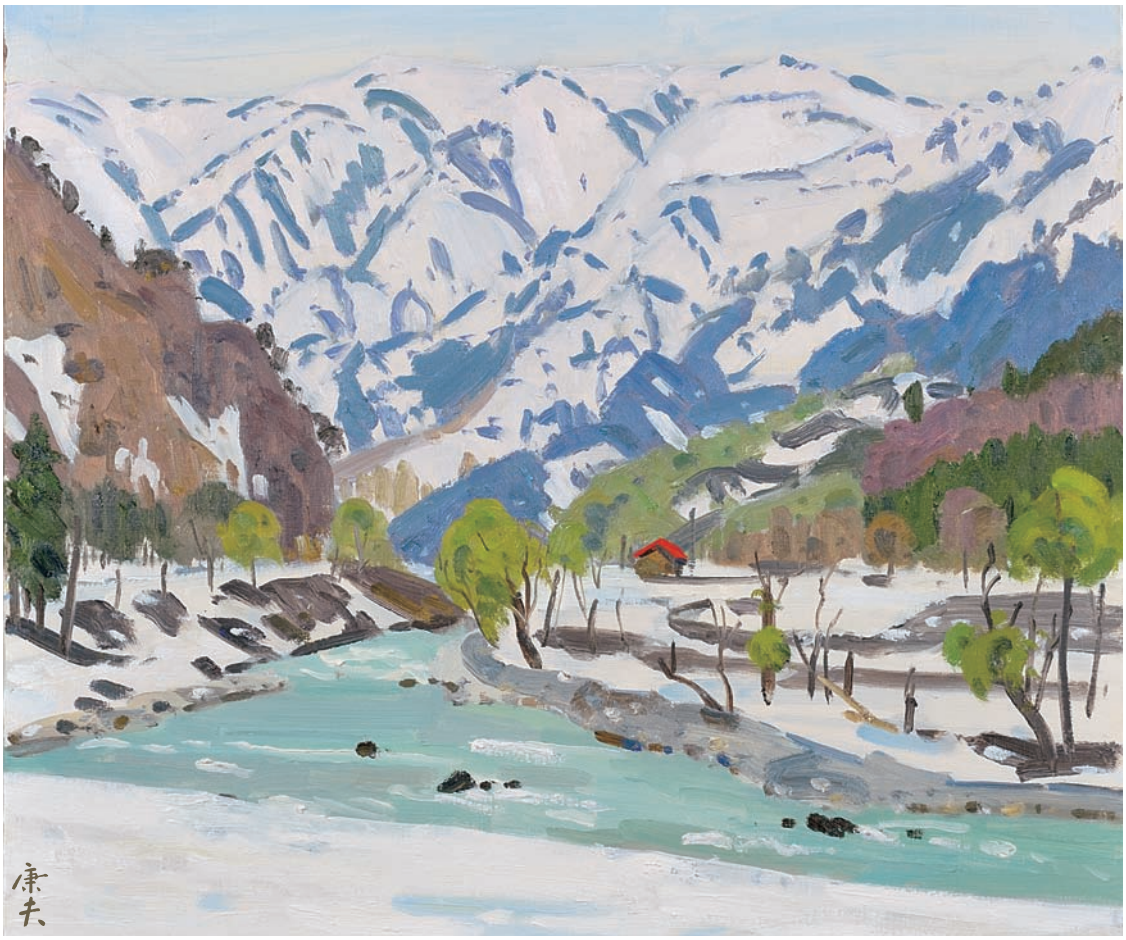
健康だより

2015.2 NO. 106

企画発行 仙台市医師会
後援 仙台市医療センター



脚の付け根の痛み、違和感

― 臼蓋形成不全について ―

仙台赤十字病院第二整形外科部長 大山 正瑞

脚の付け根の痛み、違和感
― 臼蓋形成不全について ―

仙台赤十字病院第二整形外科部長　大山　正瑞

脚の付け根が痛い、違和感がある、動きが悪くなってきた、歩きづらいと感じることはありませんか？中高年の女性が抱えるこのような股関節の悩みの多くは変形性股関節症が原因です。変形性股関節症とは長年の使用や繰り返される負担、けがなどによって、関節の軟骨がすり減ったり、骨の変形が生じたりする病気です。

日本人における変形性股関節症の有病率は1.0～4.3%で、女性は男性より高い（男性2.0%位、女性2.0～7.5%）との報告があります。また、変形性股関節症の約8割は股関節の屋根の部分の発育が悪い「臼蓋形成不全：きゅうがいけいせいふぜん」によるもので、経年的な変化により病態が進み、痛みを発症します。発症年齢は、平均40～50歳とされています。

臼蓋形成不全について

股関節は、骨盤側のくぼみの寛骨臼と大腿骨の骨頭からなる球関節です。その寛骨臼の上の部分を臼蓋と呼びます（図１）。臼蓋形成不全とは骨頭に対する臼蓋のかぶりが不足する状態です（図２）。そのような状態が長年続くと加齢とともに関節の軟骨がこすれて減っていき、最後には軟骨が消えていきます。それと同時に周囲の骨や筋肉・靭帯に変化を生じ、変形性股関節症にいたります。症状としては、痛み、関節の動きが悪くなる、跛行（体がゆれて歩く）などです。

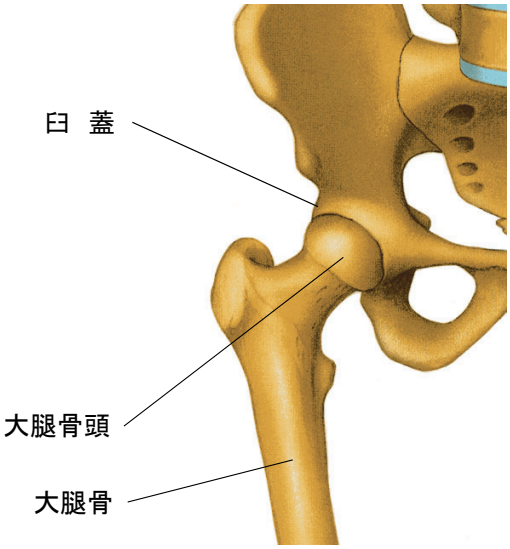


図１．股関節の構造

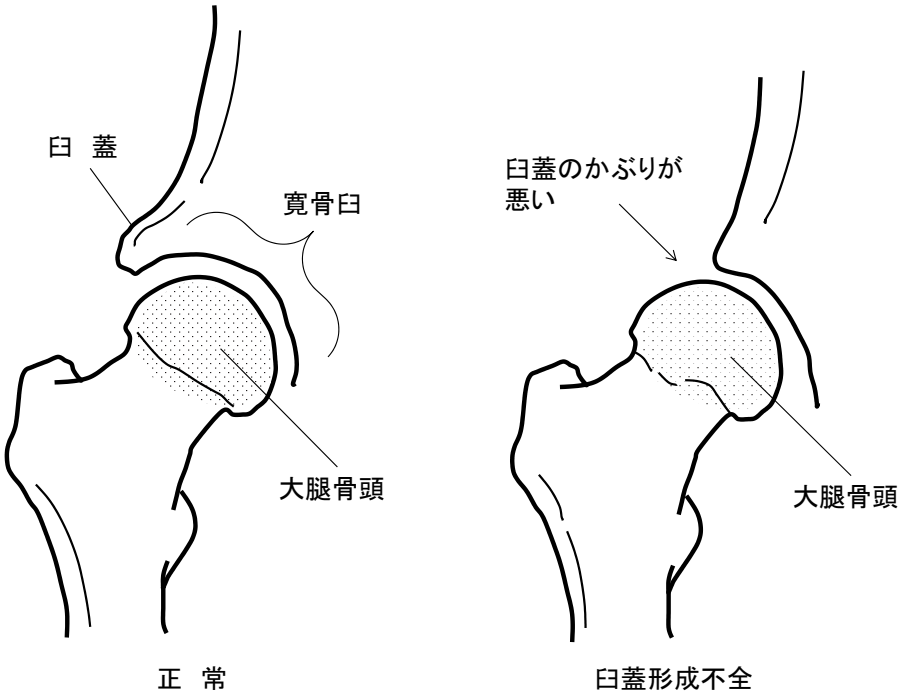


図２．正常股関節と臼蓋形成不全の股関節

変形性股関節症の進み方

変形性股関節症は急になるものではありません。いくつかの段階をへてゆっくりと進みます（図３）。最初は、臼蓋形成不全はあるけれども、痛みなどの症状がない前股関節症。この時期にはほとんど症状がないので、病院を受診し、Ｘ線をとらなければわかりません。次に関節軟骨が少しこすれて関節のすき間が狭くなり、周辺の骨に変化がでる初期股関節症。この時期には痛みが生じますので、多くの場合、最初にこの頃病院を受診します。次にさらに関節のすき間が狭くなると、一部軟骨がなくなり、臼蓋と骨頭の骨同士が接する進行期股関節症となります。さらに進むと、全体的に関節軟骨が減ってなくなり、骨の変形が明らかになる末期股関節症になります。この時期になると痛みが強くなり、関節の動きが悪くなり、日常生活に支障をきたします。

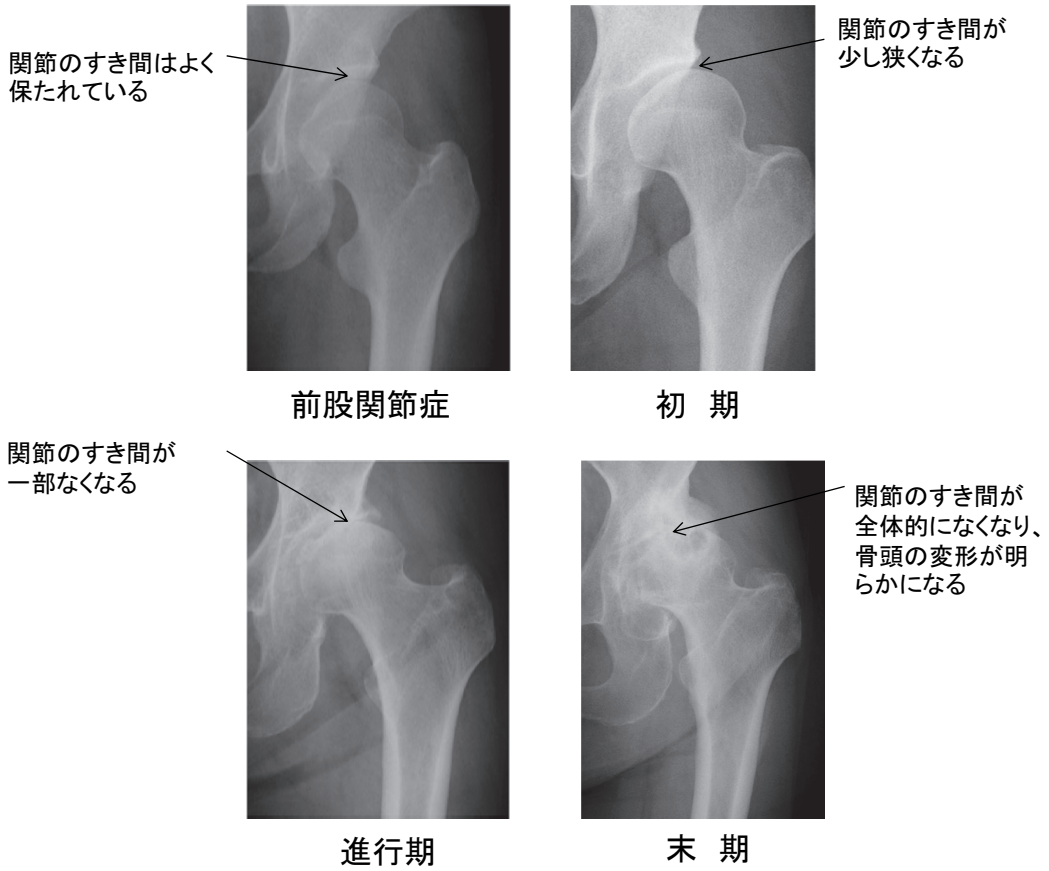


図３．変形性股関節症の病期

変形性股関節症に対する治療法

変形性股関節症に対する治療法は、保存療法と手術療法があります。保存療法とは、筋肉を鍛える訓練や関節の動きを良くする訓練などの運動療法、痛み止めの内服や湿布などの薬物用法などです。運動療法は週2，3回位の水泳などをすすめています。しかし、運動療法は、時間的な余裕がなかったり、運動することで痛みを誘発したりでなかなかできないことがあります。これらの保存療法で症状がとれない場合には手術療法を考えます。手術療法は、大きく分けて二つあります。自分の骨を骨切りし、骨頭に対する臼蓋のかぶりを良くする骨切り術と股関節を人工関節に入れかえる人工股関節置換術です。使い分けとして、病期の前股関節症や初期は、おもに骨切り術が行われます。骨切り術は、若くて、軟骨

が残っているほうが成績は良いことが分かっています。一方、壮年期以降で進行期や末期になると人工股関節置換術が選ばれます。人工股関節置換術の手術件数は年々増えており、今では年間４～５万件の手術が行われています。

ここで一つの疑問が生じます。なぜ進行期や末期になるまで様子をみて、人工股関節になってしまうのか。先に述べたように変形性股関節症はゆっくりと段階をへて進みます。前股関節症や初期の早い時期に治療すれば、人工股関節にならないですむはずです。それができない理由の一つとして、臼蓋形成不全であっても痛みなどの症状がなければ発見されません。股関節症の早い時期に痛みがあって病院を受診しても、安静にして薬を内服しているうちに痛みがとれてしまうことが挙げられます。これは、臼蓋形成不全が治ったということではなく、臼蓋形成不全によって生じた股関節周辺の炎症が治まったにすぎません。痛みが軽快し、病院に行かなくなり、何年かのちに再び痛みが強くなり、病院を受診した時には、すでに関節のすき間が狭くなっていたり、一部すき間がなくなっていたり、もはや骨切り術には手遅れのことがあります。もう一つの理由は、早期の股関節症で骨切り術をしたほうが良い場合で、手術をすすめても仕事があって休めないことです。骨切り術の場合、椅子に座っていられる事務的な仕事には術後３ヵ月位で復帰できますが、立ったり座ったり、物を持ったり運んだり、動く仕事には復帰まで６～12ヵ月位かかってしまいます。筋力の回復に時間がかかるからです。さらに、結婚や出産の予定がある、子供が小さくて育児で家をあけられない、子供の受験と重なる、などで手術を受けられないことです。多くの場合は、10代で症状が出ることはまれで、20代位から痛みなどの症状が出始めます。ちょうど20代から40代くらいになると今述べた仕事や家庭の事情が手術を受けにくくしています。

臼蓋形成不全の発見のポイント

軟骨がこすれて減っていく変形性股関節症になる前に、臼蓋形成不全を早期に見つける方法、見逃さないためのポイントをいくつか述べます（表１）。①小さい頃に、先天性股関節脱臼（最近は、発育性股関節形成不全とも言われています）、亜脱臼、不安定股の治療歴がある。ギプスや装具を装着したことがある。保健所や病院に通院したことがある。これらのことに当てはまる場合は要注意です。当然、本人は小さい頃の出来事なので、記憶にないと思いますが、ご両親に聞いたり、小さい頃の写真をみたりするとわかることがあります。脱臼や亜脱臼は乳幼児期の治療により整復されて自然に治っていきますが、多くの場合で臼蓋形成不全は残ります。10代のころはほとんど痛みを訴えませんので、それで治ったと思い治療が終了になってしまうことがあります。②家族や親せきにけが以外で股関節の手術をした人がいる。変形性股関節症の発症には遺伝の影響があるとの報告があります。ですから家族や親せきで変形性股関節症の手術を受けたことがある場合は、自分も臼蓋形成不全である可能性があります。③動かすと痛いが、安静にすると痛みが軽くなる。初めの頃の軽い股関節症

表１　臼蓋形成不全を早期に発見するポイント

- □ 小さいころに股関節の治療を受けたことがある。
- □ 家族や親せきに、けが以外で股関節の手術を受けた人がいる。
- □ 動かすと痛いが、おとなしくすると痛みが軽くなる。
- □ くつ下がはきづらい、爪が切りづらい、あぐらがかきにくいなどの症状がある。

の痛みは、神経性の痛みと異なり常に痛みはなく、多くは動作にともなう歩き始めや歩行時の痛みです。しかし、経過が長く重症の場合は安静にしていても寝ていても痛いことがあります。また痛みの部位は、最も多いのは脚の付け根のそけい部ですが、大腿部（太もも）や膝に痛みがおよぶことがあります。さらに殿部（おしり）にも痛みが生じることがあり、腰の病気とまちがえられることがあります。④股関節の動きが悪くなる。特にくつ下がはきづらい、爪が切りづらい、あぐらがかきにくいなどです。以上のことに当てはまり、脚の付け根に違和感や痛みがある場合は、早めの整形外科の受診をおすすめします。早い時期に臼蓋形成不全と診断され、軟骨がまだ健全な場合は、自分の骨を骨切りして治すことができます。また、すでに軟骨がすり減ってきて、もはや自分の骨で治すことができない場合でも、いつごろ人工股関節にすれば良いか、なるべく自分の関節のままで生活するにはどうすればいいかを相談することができます。

まとめ

臼蓋形成不全とは股関節の屋根の部分の発育が悪く、大腿骨頭へのかぶりが足りない状態です。臼蓋形成不全は潜在性で痛みなどの症状が出なければ発見されません。多くの場合は、年齢とともに、軟骨がこすれて減っていく変形性股関節症になっていきます。

若年期で軟骨が残っていれば、骨切り術が良い治療法です。一方、壮年期以降で軟骨が減っていれば多くの場合、人工股関節置換術が行われます。ですから、早く臼蓋形成不全があるかどうか、軟骨が減っていないかどうか診断してもらい、早めに適切な治療を受けることが重要です。

休日テレホンサービス
☎022-223-6161
〔休日／7:00～16:00〕

宮城県休日・夜間診療案内（仙台市内）
☎022-216-9960
FAX兼用

初期救急医療機関案内電話番号
☎022-234-5099
〔平日／19:00～翌朝7:00〕
〔土曜／14:00～翌朝7:00〕
〔休日／ 9:00～翌朝7:00〕

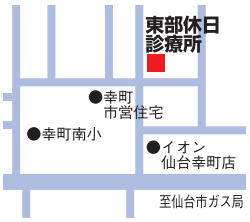
日曜日・祝日

内科・小児科

東部休日診療所

☎022-291-5566
宮城野区幸町3-12-1

診療時間
9:00～16:45



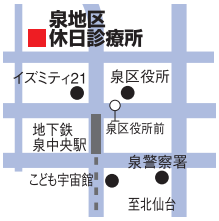
広南休日 内科・小児科診療所

休診中

泉地区 休日診療所

☎022-373-9197
泉区泉中央2-24-1（イズミティ21北側）

診療時間
9:00～16:00



在宅当番医

内科
・
小児科
・
整形外科

※毎回異なりますので、「仙台市政だより」の「休日当番医」をご覧ください。

日曜日・祝日・夜間・土曜日午後

急患センター

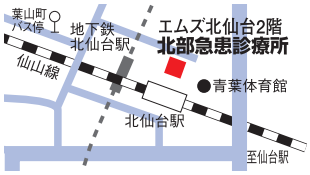
☎022-266-6561
若林区舟丁64-12

●診療科目・時間

診療受付時間 ＼ 診療科目		内科	外科	整形外科	婦人科	眼科	耳鼻咽喉科
平日	19:15～23:00	○	○				
	23:00～翌朝7:00	○					
土曜	14:45～23:00	○	○				
	23:00～翌朝7:00	○					
日曜・祝日	9:45～17:00	○	○	○	○	○	○
	18:00～23:00	○	○				
	23:00～翌朝7:00	○					

北部急患診療所

☎022-301-6611
青葉区堤町1-1-2　エムズ北仙台2階

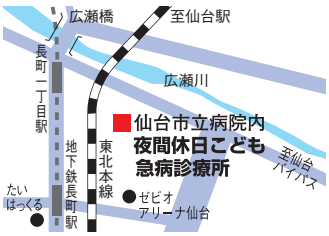


●診療科目・時間

診療受付時間 ＼ 診療科目		内科	小児科	外科
平日	月～木曜19:15～23:00	○		○
	金　曜19:15～23:00	○	○	○
土曜	14:45～23:00	○	○	○
日曜・祝日	9:45～17:00	○	○	○
	18:00～23:00	○	○	○

夜間休日こども急病診療所

☎022-247-7035
太白区あすと長町1-1-1　市立病院1階



●診療科目・時間

診療受付時間 ＼ 診療科目		小児科
平日	19:15～翌朝7:00	○
土曜	14:45～翌朝7:00	○
日曜・祝日	9:45～17:00	○
	18:00～翌朝7:00	○